رهاب الخلاء من دون تاريخ سابق لاضطراب الهلع
22. . . 3
Agoraphobia Without History of Panic Disorder

المعالم التشخيصية

تتصف المعالم الأساسية لرهاب الخلاء من دون تاريخ سابق لاضطراب الهلع بأنها تكون مماثلة للمعالم الواسمة (لاضطراب الهلع مع رهاب الخلاء)، فيما عدا أن بؤرة الخوف تكون متركزة على حدوث أعراض شبيهة بالهلع أو نوبات محدودة الأعراض مسببة للضعف أو العجز أو للارتباك الشديد، وذلك أكثر من أن تتركز على نوبات هلع كاملة. ويعاني المصابون بهذا الاضطراب رُهاب الخلاء (راجع محكات رُهاب الخلاء) (المحك (أ)). وتتضمن (الأعراض الشبيهة بالهلع) Panic - like symptoms أي عرض من الأعراض الثلاثة عشر التي تتضمنها قائمة أعراض نوبة الهلع. (انظر محكات نوبة الهلع) ، أو أعراضا أخرى تكون باعثة على الضعف أو العجز أو الارتباك أو الورطة (مثال ذلك، فقدان التحكم في المثانة). فعلى سبيل المثال، قد يبدي الفرد خوفا من ترك المنزل بسبب خوفه من أن يتعرض لدوار أو غثيان، ومن أن يترك بلا عون ملقى على الأرض. لذا، فإنه لدقة التشخيص، لا ينبغي أن تكون المحكات الكاملة لاضطراب الهلع مستوفاة ولا تنطبق على (رهاب الخلاء من دون تاريخ سابق لاضطراب الهلع) (المحك (ب))، كما أن الأعراض لا ينبغي أن تعزى إلى التأثيرات الفيزيولوجية المباشرة لمادة من مواد العقاقير أو المخدرات (مثل العقاقير أو المخدرات التي يُساء استخدامها، أو العقاقير الطبية العلاجية) أو لحالة طبية عامة (المحك (حـ)). وإذا كانت هناك حالة طبية عامة ملازمة (مثل حالة متعلقة بأمراض القلب)، فإن الخوف من أن تؤدي هذه الحالة إلى إضعافه أو ارتباكه أو ورطته بسبب تطور الأعراض (مثل الغثيان) يتجاوز ذلك الخوف الذي يرتبط عادة بالحالة (المحك (د)).

المعالم النوعية الثقافية والمتعلقة بجنس الفرد

يلاحظ أن بعض الجماعات الثقافية أو الاثنية تقيد مشاركة المرأة في الحياة العامة، وهذا ما ينبغي تمييزه عن رهاب الخلاء. وغالبا ما يشخص هذا الاضطراب لدى الإناث أكثر من الذكور.

التقديرات الإحصائية لمعدلات الانتشار

تشير التقديرات المستمدة من المواقع الكلينيكية إلى أن معظم الأفراد (أكثر من 59%) الذين يترددون على هذه المواقع بسبب ما يشكون منه من (رهاب الخلاء)، يكون تشخيصهم الحالي (أو في تاريخهم السابق) هو (اضطراب الهلع)· وعلى العكس من ذلك، تسجل البيانات المستمدة من عينات وبائية أن معدلات انتشار (رهاب الخلاء من دون تاريخ سابق لاضطراب الهلع) تكون أعلى من معدلات انتشار (اضطراب الهلع مع رهاب الخلاء)· ومع ذلك يبدو أن مشكلات القياس والتقويم أثرت في تضخم المعدلات التي سجلتها الدراسات الوبائية في هذا الشأن· ولكن في إحدى الدراسات الوبائية الحديثة، أعيد تقويم أفراد كانوا قد شُخصوا على أنهم حالات (رهاب الخلاء من دون تاريخ سابق لاضطراب الهلع)، وذلك بواسطة اختصاصيين كلينيكيين باستخدام قوائم المقابلة المقننة· وقد تبين من نتائج هذه الدراسات أن معظم هؤلاء الأفراد يعانون رهابا نوعيا، وليس رهاب الخلاء·

النسق التطوري

تتوفرمعلومات قليلة نسبيا عن تطور (رهاب الخلاء من دون تاريخ سابق لاضطراب الهلع)· وتفترض البيانات المستمدة من سرد تاريخ الحياة أن بعض الحالات قد تدوم سنوات عدة، وتكون مرتبطة باعتلال ملحوظ·

التشخيص الفارق

يتم تمييز(رهاب الخلاء من دون تاريخ سابق لاضطراب الهلع) عن (اضطراب الهلع مع رهاب الخلاء) استنادا إلى عدم وجود تاريخ سابق لنوبات هلع غير متوقعة ومتكررة· وينتج الإحجام في حالة (رهاب الخلاء من دون تاريخ سابق لاضطراب الهلع) عن الخوف من العجز أو الخزي الذي يعزى إلى الأعراض الشبيهة بالهلع، المفاجئة والتي يصعب التنبؤ بها، أكثر مما ينتج عن الخوف من حدوث نوبة هلع كاملة، كما هي الحال في (اضطراب الهلع مع رهاب الخلاء)· ويظل تشخيص (اضطراب الهلع مع رهاب الخلاء) مناسبا في الحالات التي تتحسن فيها نوبات الهلع، ولكن يستمر الفرد مع ذلك في أن يخبر رهاب الخلاء·

وثمة أسباب أخرى للإحجام ينبغي أيضا تمييزها عن (رهاب الخلاء من دون تاريخ سابق لاضطراب الهلع)· ففي حالة (الرهاب الاجتماعي)، يحجم الأفراد عن المواقف الاجتماعية التي يخافون فيها من أن يسلكوا بطريقة تكون مُهينة أو مُربكة لهم· وفي حالة (الرهاب النوعي)، يحجم الفرد عن موضوع أو موقف نوعي معين باعث على الخوف عنده· وفي حالة (الاضطراب الاكتئابي الأساسي)، قد يحجم الفرد عن ترك المنزل بسبب البلادة، وفقدان الطاقة، والاغتمام· أما مخاوف الاضطهاد (كما هي في حالة (الاضطراب الهذائي))

ومخاوف التلوث أو العدوى (كما هي في حالة (الاضطراب الوسواسي - القهري)) قد تفضي أيضا إلى إحجام واسع الانتشار· وفي حالة (اضطراب قلق الانفصال)، يحجم الأطفال عن المواقف التي تبعدهم عن المنزل أو والدىهم أو أقاربهم·

ويلاحظ أيضا أن الأفراد الذين يعانون حالات طبية عامة قد يحجمون عن مواقف بسبب ما ينتابهم من هموم واقعية إزاء ما يخبرونه من عجز أو ضعف جسمي (كأن يعاني الفرد إسهالا مع مرض في الأمعاء)· وينبغي وضع تشخيص (رُهاب الخلاء من دون تاريخ سابق لاضطراب الهلع) فقط في حالة تجاوز الخوف أو الإحجام بوضوح ما هو مرتبط عادة بالحالة الطبية العامة من خوف أو إحجام·

المحكات التشخيصية لرهاب الخلاء من دون تاريخ لاضطراب الهلع

Agoraphobia Without History 22. . . 3

of Panic Disorder

أ - وجود حالة من (رهاب الخلاء) (راجع محكات رهاب الخلاء) متعلقة بالخوف من تطور أعراض شبيهة بالهلع (مثل الدوار أو الإسهال)·

ب - لا تستوفي هذه المحكات على الإطلاق تشخيص (اضطراب الهلع) (راجع المحكات التشخيصية لاضطراب الهلع)·

حـ - لا يعزى الاضطراب إلى التأثيرات الفيزيولوچية المباشرة لمادة من مواد العقاقير أو المخدرات (مثل العقاقير أو المخدرات التي يُساء استخدامها، أو العقاقير الطبية العلاجية) أو لحالة طبية عامة·

د - وإذا وجدت حالة طبية عامة ملازمة، فإن الخوف الذي نصفه في المحك (أ) يتجاوز بوضوح الخوف المرتبط عادة بتلك الحالة·

حالـــة (1) :

تختص هذه الحالة بسيدة تدعى (آن)، تعمل سكرتيرة طبية في دبلين بأيرلندا، حُوِّلت إلى عيادة نفسية للعلاج من الاكتئاب. وتفضي بما في داخلها من معاناة بأن السبب في أنها مكتئبة هو أنها في الأشهر الخمسة الأخيرة كانت تخاف من أنها قد تتبول في حضرة آخرين. ولكنها لم تفعل هذا قط، بل إنها، وهي في أمان في منزلها، تعتبر فكرة أن هذا قد يحدث بالفعل لها فكرة غير معقولة.

وحينما تكون (آن) بعيدة عن منزلها، يسيطر الخوف على تفكيرها، وتتخذ ما تراه لازما من احتياطات للحيلولة دون حدوث ذلك. لذا فهي تستخدم دائما الحفاضات والفوط الصحية، ولا تسافر أبدا بعيدا عن منزلها، وتحدد شربها للسوائل، وتوقفت عن شرب الكحوليات، وجعلت مكتبها في عملها بالقرب من دورة المياه. وكانت في فترة الأسبوعين السابقين على الاستشارة غير قادرة على الذهاب إلى عملها لأن خوفها صار شديدا للغاية.

وتتذكر (آن) بشيء من الغموض أن والدها المتوفى كان يعاني أيضا الخوف من التبول على الملأ في حضرة آخرين. وكان كل يوم، قبل الذهاب إلى عمله، يتبول لعدة مرات ويتجنب شرب أية سوائل. أما أختها الصغرى، فقد عولجت بنجاح باتباع نظام ثابت للنظافة.

وكانت (آن) قد تلقت علاجا نفسيا منذ عشر سنوات حينما بدأت تخاف من أنها أصيبت بعدوى مرض الزهري، حتى على الرغم من أنه لم تكن توجد دلائل كلينيكية أو معملية عن هذه العدوى. ولم تكن، حتى خمسة أشهر خلت، تخاف أبدا من أنها سوف تتبول على الملأ في حضرة آخرين. وإضافة إلى هذه المخاوف النوعية، فقد كانت تشعر بالقلق وعدم الأمان، وتعتبرها أسرتها أنها مفرطة في حرصها وكماليتها. وفي خلال العام السابق كانت مضطربة إزاء عودة صديقها بعد أن أنهى دراساته الطبية في أيرلندا. وكانت قد طُلّقت منذ خمس سنوات، وتعيش الآن مع أمها وابنها البالغ سبع سنوات. وكانت أمها تبدي عدم ارتياحها إزاء صديقها، وصارت تشعر بإلحاح زائد لإنهاء علاقتها به. وتعتقد أن بداية مشكلاتها الحالية ترتبط بضغوط علاقتها بأمها وبشعورها بالتهديد من رحيل صديق عن بلدها.

ولقد أبدت (آن) - أثناء المقابلة مع الطبيب النفسي- قلقا واضحا. وأشارت إلى أنها تشعر بالجزع والاكتئاب إزاء مشكلاتها. وكانت تعاني نوما مضطربا، وافتقادها للطاقة والحيوية أثناء النهار. وعلى الرغم من أن شهيتها للطعام كانت ضعيفة، فإنها لم تفقد شيئا من وزنها.

مناقشـــة حالـــة

يتضح من عرض هذه الحالة، أنها حدت من أنشيطتها العادية بشكل ملحوظ بسبب خوفها من أنها سوف تتبول بلا إرادة على الملأ أمام الآخرين. ويطلق على الخوف من أن يكون الفرد في مواقف قد يكون الهرب منه صعبا وتتطور لديه أعراض الارتباك أو العجز، مصطلح (رهاب الخلاء). وعادة ما يكون (رهاب الخلاء) من مضاعفات (اضطراب الهلع)، حيث يحجم فيه الفرد عن مواقف معينة يربطها بما كان ينتابه فيها من نوبة هلع. ومن النادر كثيرا، أنه لا يوجد تاريخ سابق لاضطراب الهلع، وأن الخوف يكون من تطور بعض الأعراض مثل فقدان القدرة على التحكم في المثانة (كما في حالة (آن) هذه)، أو القيء، أو الشكوى من علل بالقلب. وفي هذه الحالات يكون التشخيص هو (رهاب الخلاء من دون تاريخ سابق لاضطراب الهلع).

وقد يتعجب القارىء لماذا لم تشخص حالة (آن) على أنها (رهاب اجتماعي): الخوف المستديم من مواقف تكون معرضة لاحتمالات التفحص أو إمعان النظر فيها من قبل الآخرين، والمخاوف من أنها قد تفعل شيئا (مثل التبول) يكون باعثا على المهانة أو الارتباك. أما في حالة (الرهاب الاجتماعي)، فإن الشخص يحاول أن يقوم بنشاط إرادي (مثل، التحدث أو الأكل، أو الكتابة، أو التبول)، ويخاف من أن نشاطه العادي سوف يعاق من جراء دلائل القلق (مثل، عدم القدرة على الكلام، أو الاختناق أو الشرقة أثناء تناول الطعام، أو الارتعاش أثناء الكتابة، أو احتباس البول). وعلى العكس من ذلك، فإنه في حالة (رهاب الخلاء من دون تاريخ سابق لاضطراب الهلع) يبدي الشخص خوفا من أن يتطور لديه فجأة عرض من الأعراض لا يكون متعلقا بالنشاط الذي يحاول القيام به (الخوف من اعتلال القلب أثناء تجوله للشراء بالسوق، أو التبول اللاإرادي حينما يكون بعيدا عن المنزل، أو أن ينتابه دوار وهو يعبر الشارع).

وتتصف (آن) كذلك بأنها مكتئبة، وتعاني أعراضا متعددة لزملة اكتئابية، بما فيها ضعف الشهية للطعام، والأرق، ونقص الطاقة. ونشك بأن هذه حالة (نوبة اكتئابية أساسية)، ولكن بسبب عدم وجود معلومات إضافية لتحديد ما إذا كانت المحكات الكاملة مستوفاة، فإننا نشير أيضا إلى حالة من (الاضطراب الاكتئابي غير المحدد النوعية).

المتابعـــة :

لقد عولجت هذه الحالة بعقاقير مضادات الاكتئاب. وقلت مخاوفها إزاء احتمال أن تتبول على الملأ أمام الآخرين، وذلك بعد عشرة أيام من العلاج. ثم تقرر لها برنامج سلوكي

لعلاج سلوكاتها الإحجامية. وقد كانت، قبل رحيل صديقها، تقيم هي وابنها وحدهما بعيدا عن أمها، وكانت قادرة على أن تتصرف باستقلالية أكثر. ولقد استمر تناولها للأدوية المقررة لها مدة شهرين، ولم يعاودها الخوف من تبولها أمام الآخرين. وقد عزا الطبيب النفسي تحسنها المبدئي إلى هذه الأدوية، وتحسنها المستمر إلى البرنامج السلوكي وإلى التغيرات التي أجرتها في ظروف حياتها، وخاصة انتقالها لتعيش وحدها هي وابنها بعيدا عن أمها.